

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

2.4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka hasil penelitian tentang Perbedaan Peningkatan Berat Badan Antara Akseptor KB Hormonal Progesteron Dengan Akseptor KB Hormonal Kombinasi Estrogen-Progesteron Di Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Jumlah akseptor yang menggunakan KB hormonal progesteron adalah 22 orang dan akseptor KB hormonal kombinasi estrogen-progesteron sebanyak 22 orang.
- 2) Dari 44 sampel, seluruhnya mengalami peningkatan berat badan, di mana rata-rata peningkatan berat badan akseptor KB hormonal progesteron adalah 2,2727 kg dan rata-rata peningkatan berat badan akseptor KB hormonal kombinasi estrogen-progesteron adalah 3,8182 kg.
- 3) Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji *t-test 2 sample independent* didapatkan nilai *t* hitung adalah 2,192 dan nilai *t* tabel adalah 2,080. Karena *t* hitung lebih besar daripada *t* tabel maka disimpulkan *H₀* ditolak dan *H_a* diterima. Hal ini juga dapat dilihat pada signifikan 0,034 ($< 0,05$) yang berarti *H₀* ditolak dan *H_a* diterima. Dengan kata lain ada perbedaan peningkatan berat badan antara akseptor KB hormonal progesteron dengan akseptor KB hormonal kombinasi estrogen-progesteron.

2.5. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ada beberapa saran yang perlu dijadikan pertimbangan, yaitu:

- 1) Bagi akseptor KB hormonal yang mengalami peningkatan berat badan berlebih, ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah peningkatan berat badan, yaitu:
 - a) Diet harus disesuaikan dengan usia dan aktivitas fisik yaitu karbohidrat 50-60%, lemak < 30%, protein 15-20%, cukup sayur dan buah-buahan.
 - b) Melakukan olahraga secara teratur selama 30 menit/hari.
 - c) Mengendalikan emosi saat menghadapi masalah dengan cara tidak mengalihkan pada peningkatan konsumsi makanan, karena beberapa orang akan mengalami peningkatan nafsu makan saat menghadapi masalah.
- 2) Bagi petugas kesehatan agar diupayakan melakukan penyuluhan secara terprogram tentang tentang KB khususnya KB hormonal mengenai keuntungan, kerugian dan efek samping yang ditimbulkan sehingga akseptor memahami betul tentang jenis kontrasepsi yang digunakan.
- 3) Bagi peneliti selanjutnya jika ingin melakukan penelitian dengan judul yang sama sebaiknya mengambil data langsung dari akseptor (data primer) sehingga dapat mengetahui faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan akseptor.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, A.H. 2003. *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah* (edisi 1). Jakarta: Salemba Medika.
- BKKBN. 2010. *Jumlah dan Persentase Peserta KB Baru Menurut Metode Kontrasepsi*. Retrieved Oktober 21, 2010, from <http://dashboard.bkkbn.go.id/BKKBNReports/Klinik/PelayananPesertaBaruMenurutMetodeKontrasepsi.aspx>.
- Engeli, S. et al. 2000. Physiology and Pathophysiology of Adipose Tissue Renin-Angiotensin System. *Hypertension*, 35, 1270-1277 retrieved Januari 4, 2011, from <http://hyper.ahajournals.org/content/35/6/1270.full>.
- Fakultas Keperawatan. 2010. *Pedoman Penyusunan Proposal dan Skripsi*. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala.
- Fidianingsih, I. (n.d.). *Sel Lemak Dan Peranannya Dalam Penyakit*. Retrieved Januari 29, 2011, from <http://journal.uii.ac.id/index.php/JIF/article/viewFile/475/386>
- Glasier, A. & A. Gebbie. 2005. *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi* (edisi 4). Jakarta: EGC.
- Guyton, A.C. 2007. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (edisi 11). Jakarta: EGC.
- Hadi, H. 2005. *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya Terhadap Pembangunan Kesehatan Nasional*. Retrieved Januari 4, 2011, from <http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2011/08/Beban-ganda-masalah-gizi.pdf>.
- Hartanto, H. 2010. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Maryani, H. 2003. *Cara Tepat Memilih Kontrasepsi Keluarga Berencana Bagi Wanita*. Jakarta: Puslitbang Pelayanan dan Teknologi Kesehatan Depkes RI.

- Noor, H.M. dkk. 2006. *Dampak Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Akseptor Keluarga Berencana*. Retrieved April 1, 2011, from <http://isjd.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/21075058.pdf>.
- Notoadmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurachmah, E. 2001. *Nutrisi dalam Keperawatan*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI: Katalog Dalam Terbitan.
- Nursalam. 2003. *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, & Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pillitteri, A. 2002. *Buku Saku: Perawatan Kesehatan Ibu & Anak*. Jakarta: EGC.
- Price, S.A. & L.M. Wilson. 2005. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit* (edisi 6). Jakarta: EGC.
- Purba, J.T. 2008. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemakaian Alat Kontrasepsi Pada Istri PUS Di Kecamatan Rambah Samo Kabupaten Rokan Hulu*. Tesis (tidak diterbitkan). Medan: Sekolah Pascasarjana Universitas Sumatra Utara Medan.
- Rika, G.A. 2008. *Hubungan antara Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan pada Wanita Pasangan Usia Subur di RW. 07 Kelurahan Grogol Kecamatan Limo Kodya Depok*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Univesitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- Scudder, L. & M. Edmunds. 2007. Contraception and Lactation. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 52, 614-620. Retrieved Maret 3, 2010 <http://www.medscape.com/viewarticle/569083>.

- Sigit K., dkk. 2000. *Pengaruh Jumlah Anak dan Keinginan Punya Anak Terhadap Penggunaan Kontrasepsi di Provinsi Jawa tengah*. Retrieved September 3, 2010, from <http://www.docstoc.com/docs/21536487/Pengaruh-Jumlah-Anak-Dan-Keinginan-Punya-Anak-Terhadap-Penggunaan-Kontrasepsi-Di-Propinsi-Jawa-Tengah>.
- Silalahi, U. 2009. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT Rifika Aditama.
- Smeltzer, S.C. & B.G. Bare (Ed.). 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medika-Bedah Brunner & Suddarth* (edisi 8). Jakarta: EGC.
- Sofia, A. 2009. *Hubungan Penggunaan KB Suntik Depo Provera Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Di Puskesmas Ibrahim Aji. Skripsi* (tidak diterbitkan). Bandung: Program Studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada Bandung.
- Sudhaberata, K. 2005. *Perbandingan Kadar Fraksi Lemak Pada Pemakaian Kontrasepsi Suntik Cyclofem Dengan Depo Provera Di Kota Semarang*. Tesis (tidak diterbitkan). Semarang: Program Pascasarjana Universitas Diponegoro Semarang.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010. *Statistika untuk Peneliti*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, I D.N. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Suratun dkk. 2008. *Pelayanan Keluarga Berencana & Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: TIM.
- Wiknjosastro, H., dkk (Ed.). 2002. *Kontrasepsi: Ilmu Kebidanan* (edisi 3). Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Wiknjosastro, H., dkk (Ed.). 2008. *Ilmu Kandungan* (edisi 2). Jakarta: PT Bina Pustaka.